

MODUŁ 1. POZNAJ SIEBIE



KARTA PRACY 8.



Dofinansowane przez
Unię Europejską





KARTA PRACY 8.

Ta karta pracy pomoże Ci w odkryciu swoich super mocy.

Wypełnij poniższe sekcje, aby lepiej zrozumieć swoje mocne strony, zainteresowania i obszary, w których masz naturalne predyspozycje. Postaraj się być szczerą/y i refleksyjną/y w swoich odpowiedziach.

Wymień pięć rzeczy, które robisz naprawdę dobrze. Mogą to być umiejętności zawodowe, talenty osobiste, cechy charakteru itp.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Zastanów się nad tym, co naprawdę lubisz robić w wolnym czasie. Jakie są Twoje hobby, pasje, zajęcia, które sprawiają Ci radość?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



Wypisz trzy sytuacje z przeszłości, w których odniosłeś sukces. Co wtedy robiłeś? Jakie umiejętności i talenty wykorzystałeś?

1. _____

Użyte umiejętności i talenty: _____

2. _____

Użyte umiejętności i talenty: _____

3. _____

Użyte umiejętności i talenty: _____

Poproś trzy bliskie osoby (rodzina, przyjaciele, współpracownicy), **aby opisały Twoje mocne strony i talenty.** Zanotuj ich odpowiedzi.

1. osoba _____

2. osoba _____

3. osoba _____



Na podstawie wcześniejszych odpowiedzi, zastanów się i zanotuj swoje główne talenty i mocne strony.

Talent 1. _____

Talent 2. _____

Talent 3. _____

Talent 4. _____

Talent 5. _____

Jak możesz wykorzystać swoje talenty w codziennym życiu, w pracy, w rozwoju osobistym? Wypisz konkretne kroki, które podejmiesz.

1. _____

2. _____

3. _____

Warto co jakiś czas wrócić do tej karty i zweryfikować swoje zasoby. Powodzenia!